



DOCTORA BEATRIZ LITERAT

Médica Ginecóloga. Especialista en Disfunciones Sexuales.

# DE MUJER A MUJER

ACTUALIDAD EN

GINECOLOGÍA



## CUANDO NO TENEMOS UN BUEN ENCUENTRO ÍNTIMO

**LA SEXUALIDAD COTIDIANA NO ES IGUAL A LA DEL CINE. IMAGINAR QUE CADA ENCUENTRO TERMINARÁ CON FUEGOS ARTIFICIALES ES CREER QUE LO QUE SUCEDE EN LAS PELÍCULAS ES REAL.**

**P ¿QUÉ PASA CUANDO LAS COSAS NO SALEN COMO QUEREMOS?**

**R** Muchos pacientes se quejan de que, cuando los encuentros no terminan como esperaban, alguno de ellos se enoja muchísimo con el otro. Descalificaciones, silencios glaciales, venganzas en otros ámbitos de la convivencia, y hasta injurias o amenazas de buscar otra pareja, son bastante comunes. En el interrogatorio, surgen habitualmente estas respuestas: "él/ella no me tiene en cuenta, sólo se tiene en cuenta a sí mismo/a" o "sabe lo que yo quisiera, pero siempre vuelve a su misma rutina, la cual ya no me mueve ni un pelo". También, aparece: "cuando le dije que quería ir a una/un sexólogo/a, me dijo que no necesitamos esas cosas porque un extraño no puede enseñarnos lo que tiene que surgimos espontáneamente, que sería antinatural".

**P Y ¿ES ASÍ?**

**R** La naturalidad de la función sexual surge del

buen estado de salud de todos los procesos involucrados en ella, biológicos, psicológicos, educacionales y relacionales. Sólo si éstos se encuentran en buenas condiciones, la pareja puede esperar que el encuentro surja naturalmente bien, lo cual no significa espontáneamente bien. La sensación casi constante de deseo sexual, la facilidad de excitarse, lubricarse, erectarse, tener orgasmos o controlar la eyacuación no funcionan en "piloto automático" como muestran los videos (que no me canso de repetir, **son actuaciones de actores**) y no son representativos del común de los seres humanos que viven en nuestro complicado mundo y que padecen problemas de salud, familiares, laborales, financieros o de pareja, los cuales afectan sus sistemas nervioso, vascular, hormonal, muscular, etc. que son los factores indispensables para una sexualidad satisfactoria. En general, las parejas que practican una sexualidad inteligente planifican cuidadosamente los encuentros transformándolos en

ocasiones festivas y muy especiales, disponiendo de un tiempo, un espacio adecuado y de su propia disposición a pasar un buen momento juntos.

**P ¿Y QUÉ PODEMOS DECIR DEL CONOCIMIENTO SEXUAL?**

**R** Cuando aparece un problema, ¿se recurre al libro especializado, a la fuente experta, al médico especialista, o se lo reemplaza por el mito callejero o el consejo del amigo, que, por mejores intenciones que parezca tener, no posee generalmente el saber especializado que puede ayudar en su solución? **Enojarse con la pareja no soluciona el problema sexual, más bien lo agrava.**

**P ¿CÓMO SE MANIFIESTA EN CADA UNO?**

**R** En los varones, suele aparecer un cuadro llamado ansiedad por el propio desempeño, que lo inhibe y da lugar a la aparición o empeoramiento del descontrol eyaculatorio, inhibición del deseo y disfunción eréctil; en la mujer, además del deseo sexual inhibido, aparece la anorgasmia y aún el vaginismo, que es la contracción involuntaria de los músculos vaginales, lo cual impide la penetración. Surgen entonces mayores complicaciones aún, que la pareja por sí misma no puede solucionar, y los tratamientos entonces son más largos. Todo

esto podría prevenirse con consultas anticipadas, al aparecer los primeros síntomas de alarma.

**P ¿CÓMO ENFRENTAR ESTAS SITUACIONES?**

**R** Los grandes especialistas en negociación enseñan una premisa: cuando hay problemas entre dos personas, nunca atacar a la persona sino al problema. Esto significa dejar de culparse y culpar al otro, sentarse ambos **frente** a la disfunción sexual y decidir la búsqueda de ayuda profesional (médica sexológica) con toda naturalidad, como si se tratara de un problema digestivo o respiratorio. ¿Acaso cuando este tipo de enfermedades acontece, nos culpamos o culpamos al paciente por no saber respirar o digerir adecuadamente, a pesar de lo naturales que son estas funciones? Y, si alguien nos culpa por enfermarnos del oído o del corazón por no saber hacer funcionar estos órganos, ¿no nos parecería ridículo e ignorante de su parte? Vivir en el mundo actual no significa solamente poseer control sobre los aparatos de alta tecnología, significa dejar atrás los mitos y tabúes de los siglos pasados y recibir también el beneficio de los avances científicos en salud. **Y la sexualidad es, definitivamente, un tema de salud.**